AL/2015/28-S-I

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ) විභාගය, 2015 අගෝස්තු
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (உ யர் தர)ப் பரீட்சை, 2015 ஓகஸ்ற்
General Certificate of Education (Adv. Level) Examination, August 2015

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I மனைப் பொருளியல் I Home Economics I	28 S I	පැය දෙකයි இரண்டு மணித்தியாலம் Two hours

උපදෙස්:

※ **සියලු ම** ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
※ උත්තර පත්‍රයේ නියමිත ස්ථානයේ ඔබේ **විභාග අංකය** ලියන්න.
※ ගණක යන්ත්‍ර භාවිතයට ඉඩ දෙනු **නොලැබේ.**
※ උත්තර පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා පිළිපදින්න.
※ **1** සිට **50** තෙක් එක් එක් ප්‍රශ්නයට (1), (2), (3), (4), (5) යන පිළිතුරුවලින් **නිවැරදි හෝ ඉතාමත් ගැළපෙන හෝ** පිළිතුර තෝරාගෙන, එය **උත්තර පත්‍රයේ පසුපස දැක්වෙන උපදෙස් පරිදි කතිරයක්** (X) **යොදා දක්වන්න.**

1. පහත දැක්වෙන ප්‍රකාශ අතුරෙන් 'නම්‍යතාව' පිළිබිඹු වන ප්‍රකාශය කුමක් ද?
(1) විසිත්ත කාමරය තුළ විසිත්ත කාමර පුටු කට්ටලය ද කෑම මේස පුටු කට්ටලය ද තැබීම
(2) මුළුතැන්ගෙය අසල කෑම මේස පුටු කට්ටලය තැබීම
(3) නිදන කාමරවලට යාබද ව වැසිකිළිය හා නාන කාමරය තිබීම
(4) ගබඩාකාමරය සහ මුළුතැන්ගෙයට යාම සඳහා පොදු කොරිඩෝවක් තිබීම
(5) නිදන කාමර දෙකක් එකිනෙකට ආසන්න ව පිහිටීම

2. තැඹිලි සහ කහ තැඹිලි වර්ණ ඇතුළත් ද්විත්ව අනුපූරක වර්ණ ගැළපුමක් සඳහා යොදා ගත යුතු අනෙක් වර්ණ දෙක වනුයේ,
(1) නිල් හා නිල් දම් ය. (2) කොළ හා නිල් කොළ ය. (3) දම් හා රතු දම් ය.
(4) රතු හා රතු තැඹිලි ය. (5) කහ හා කහ කොළ ය.

3. රිද්මය, ගෘහ අලංකරණයේ දී යොදා ගන්නා මෝස්තර මූලධර්මයකි. ප්‍රමාණයෙහි ක්‍රමානුකූල වෙනස්වීමක් පෙන්නුම් කරන රිද්මය හඳුන්වනුයේ,
(1) පුනරුක්තිය ලෙස ය. (2) විකිරණය ලෙස ය. (3) අනුක්‍රමණය ලෙස ය.
(4) සංක්‍රමණය ලෙස ය. (5) ප්‍රතියෝගය ලෙස ය.

4. නිවෙස්වල දක්නට ලැබුණු ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ. ගෘහ සැලසුම් මූලධර්ම හා **නොගැළපෙන** ලක්ෂණය මින් කුමක් ද?
(1) විවෘත ආලින්දයක් ගෙමිදුලට මුහුණලා තිබීම
(2) විසිත්ත කාමරයෙහි උස් ජනේල කිහිපයක් තිබීම
(3) මුළුතැන්ගෙයින් පිටවීමට දොරක් තිබීම
(4) නාන කාමරය සහ වැසිකිළිය කොරිඩෝවට විවෘත ව පිහිටීම
(5) එක් නිදන කාමරයක දොර අනෙක් නිදන කාමරයට විවෘත ව තිබීම

5. විසිත්ත කාමර කිහිපයක් තුළ 'අවධාරණය' ඇති කිරීම සඳහා ගෙන ඇති පියවර පහත දැක්වේ. මින් නිවැරදි වනුයේ,
(1) දොර සහ ජනේල සඳහා එකම වර්ණයේ තිර රෙදි යෙදීම ය.
(2) කුඩා විසිත්ත කාමරයක පුටු කට්ටල දෙකක් තැබීම ය.
(3) විශාල විසිත්ත කාමරයක, රූපවාහිනිය මත කුඩා මල් සැකසුමක් තැබීම ය.
(4) විසිත්ත කාමරයෙහි සෝපාව පිටුපස බිත්තියෙහි විශාල පින්තූරයක් සවි කිරීම ය.
(5) කුඩා විසිත්ත කාමරයක උපාංග කිහිපයක් තැබීම ය.

6. එක් දිනක් තුළ නිවසක 60 W බල්බ දෙකක් ද 75 W බල්බ දෙකක් ද 40 W බල්බ එකක් ද පැය 04 ක කාලයක් දල්වා තිබුණි. මෙහි දී වැය වූ විද්‍යුත් ඒකක ප්‍රමාණය
(1) 1.08 kWh කි. (2) 1.24 kWh කි. (3) 1.62 kWh කි. (4) 2.48 kWh කි. (5) 2.52 kWh කි.

[දෙවැනි පිටුව බලන්න.

7. නිවසෙහි ගෘහභාණ්ඩ ස්ථානගත කිරීම හා සම්බන්ධව පවුලේ සාමාජිකයන්ගෙන් ඉදිරිපත් වූ අදහස් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

A - කාමරයකින් ඉටුවන කාර්ය අනුව ගෘහභාණ්ඩ ස්ථානගත කළ යුතු ය.
B - කුඩා ගෘහභාණ්ඩ පළමුව තබා අනතුරුව විශාල භාණ්ඩ තැබිය යුතු ය.
C - කාමරයෙහි ප්‍රමාණයට ගැළපෙන ගෘහභාණ්ඩ තැබිය යුතු ය.
D - විශාල ගෘහභාණ්ඩ, බිත්ති හා ගැටෙන සේ ස්ථානගත කළ යුතු ය.
E - ජනේලයට මුහුණ ලා කන්නාඩි මේසය තැබිය යුතු ය.

මින් නිවැරදි කරුණු වනුයේ,

(1) A, B හා C ය. (2) A හා C ය. (3) A, D හා E ය. (4) B, C හා D ය. (5) D හා E ය.

8. සෑම ඇමයිනෝ අම්ලයකම ව්‍යුහයෙහි අඩංගු කාණ්ඩ දෙක වනුයේ,

(1) ඇමයිනෝ කාණ්ඩය හා මීතයිල් කාණ්ඩයයි. (2) කීටෝන් කාණ්ඩය හා මීතයිල් කාණ්ඩයයි.
(3) ඇමයිනෝ කාණ්ඩය හා කාබොක්සිල් කාණ්ඩයයි. (4) කාබොක්සිල් කාණ්ඩය හා මීතයිල් කාණ්ඩයයි.
(5) කීටෝන් කාණ්ඩය හා කාබොක්සිල් කාණ්ඩයයි.

9. සංයුතියෙහි හයිඩ්‍රජන් හා ඔක්සිජන් අතර අනුපාතය 2 : 1 වනුයේ,

(1) ප්‍රෝටීන්වල ය. (2) කාබොහයිඩ්‍රේටවල ය. (3) මේදවල ය.
(4) ප්‍රෝටීන් හා කාබොහයිඩ්‍රේටවල ය. (5) මේද හා ප්‍රෝටීන්වල ය.

10. සෙලියුලෝස් බහුල ව අඩංගු ආහාර ප්‍රභව දෙකකි,

(1) මුකුණුවැන්න හා කොහිල. (2) කැරට් හා ගස්ලබු. (3) වම්බටු හා අන්නාසි.
(4) බෝංචි හා පිපිඤ්ඤා. (5) කතුරුමුරුංගා හා අර්තාපල්.

11. ආහාරවල අඩංගු ට්‍රාන්ස් මේද හා සම්බන්ධ **සාවද්‍ය** ප්‍රකාශය වනුයේ මින් කුමක් ද?

(1) පේස්ට්‍රි, කේක් වැනි බේකරි නිෂ්පාදනවල අඩංගු ය.
(2) තෙල් වර්ග නැවත නැවත රත් කිරීමේ දී නිපදවේ.
(3) තල, රටකජු, කජු වැනි ආහාරවල බහුල ය.
(4) හෘද රෝග ඇතිවීම කෙරෙහි බලපෑමක් ඇත.
(5) මාජරින් නිෂ්පාදනයේ දී සෑදේ.

12. රුධිරයෙහි හීමොග්ලොබින් සංශ්ලේෂණය සඳහා අවශ්‍ය වන පෝෂක දෙකකි,

(1) යකඩ හා ප්‍රෝටීන්. (2) ප්‍රෝටීන් හා සින්ක්. (3) මේද හා තඹ.
(4) යකඩ හා කාබොහයිඩ්‍රේට්. (5) කැල්සියම් හා මේද.

13. අස්ථි ක්ෂීණතාව (ඔස්ටියෝපොරෝසිස්) රෝග තත්ත්වය හා සම්බන්ධ ව සිසුවියක විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද කරුණු කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත.

A - වයස්ගතවීමත් සමඟ ඇතිවිය හැකි රෝග තත්ත්වයකි.
B - ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපාක්ෂයට ම එක හා සමාන ව ඇතිවේ.
C - අස්ථි ඝනත්වය අඩුවීම රෝගයට හේතුවකි.
D - ඊස්ට්‍රජන් හා ටෙතෙරොක්සින් හෝමෝනවල ඌනතාව ද හේතු විය හැකි ය.
E - රෝග තත්ත්වයෙන් පෙළෙන්නන් අස්ථි බිඳීයාම්වලට පහසුවෙන් ගොදුරු වේ.

ඉහත කරුණු අතුරෙන් නිවැරදි වනුයේ,

(1) A, B, C හා D ය. (2) A, B, D හා E ය. (3) A, C හා E ය. (4) B, C හා E ය. (5) C, D හා E ය.

14. රෙටිනෝල් බහුල ව අඩංගු ආහාර ප්‍රභව දෙකකි,

(1) බිත්තර හා කැරට්. (2) පිකුදු හා අඹ. (3) මස් හා වට්ටක්කා.
(4) මාළු හා කිරි. (5) ගස්ලබු හා පේර.

15. වැඩිපුර ශරීරගත වූ විට මුත්‍රා මගින් බැහැර කෙරෙන විටමින් වර්ග දෙකක් වනුයේ,

(1) විටමින් C හා විටමින් E ය. (2) විටමින් B_{12} හා විටමින් D ය. (3) විටමින් B_3 හා විටමින් K ය.
(4) විටමින් A හා විටමින් B_6 ය. (5) විටමින් B_1 හා විටමින් B_2 ය.

16. B කාණ්ඩයේ විටමින් ඌන වීම නිසා ඇතිවන රෝග ලක්ෂණ දෙකකි,

(1) තමස් අන්ධතාව හා පාචනය. (2) පාද හිරි වැටීම හා මලබද්ධය.
(3) සම වියළීම හා හිසකෙස් වැටීම. (4) ඉදිමාව හා වක්වූ පාද.
(5) සුදුමැලි බව හා විඩාව.

[තුන්වැනි පිටුව බලන්න.

17. කිරි, තිරිඟු සහ බෝංචි යන ආහාර ද්‍රව්‍යවල අඩංගු වන ප්‍රෝටීන පිළිවෙළින්,
(1) කේසීන්, ලෙගියුමින් හා ග්ලූටන් ය. (2) මයොසින්, ග්ලූටන් හා කොලැජන් ය.
(3) ඇල්බියුමින්, ලෙගියුමින් හා කොලැජන් ය. (4) කේසීන්, ග්ලූටන් හා ලෙගියුමින් ය.
(5) කොලැජන්, මයොසින් හා ජෙලටින් ය.

18. සහල්වල අඩංගු කාබොහයිඩ්‍රේට වර්ග දෙකක් වනුයේ,
(1) පෙක්ටින් හා මෝල්ටෝස් ය. (2) ඇමයිලෝස් හා මෝල්ටෝස් ය.
(3) ඇමයිලෝස් හා ඇමයිලොපෙක්ටින් ය. (4) පෙක්ටින් හා පිෂ්ටය ය.
(5) ඇමයිලොපෙක්ටින් හා ඩෙක්ස්ට්‍රින් ය.

19. මුං ඇට, මාළු, කිරි යන ආහාර ප්‍රභවයන්හි පෝෂණ අගය හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක් ද?
(1) හිස් කැලරි සපයයි. (2) ලයිසින් නම් අත්‍යවශ්‍ය ඇමයිනෝ අම්ලයෙන් සරු ය.
(3) විටමින් A හා C බහුල ව අඩංගු වේ. (4) යකඩ සහ කැල්සියම්වලින් සරු ආහාර ප්‍රභව වේ.
(5) සම්පූර්ණ ප්‍රෝටීන අඩංගු වේ.

20. තනුජා පරිභෝජනයට ගත් දිවා ආහාර වේලක් පහත දැක්වේ.
- සම්බා බත්
- මාළු බැදුම
- බෝංචි තෙම්පරාදුව
- කිරට පිසින ලද පරිප්පු කරිය
- බටු මෝජුව
- ගොටුකොළ ව්‍යංජනය

මෙම ආහාර වේල පිළිබඳ **සාවද්‍ය** ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) ප්‍රෝටීන් පරිපූරණය පෙන්නුම් කරයි. (2) තන්තුමය ආහාර අඩංගු ය.
(3) විටමින් C හා D බහුල ය. (4) හීම් යකඩ සපයන ආහාර ඇතුළත් කර ඇත.
(5) කැලරි අගය වැඩි ය.

21. නිර්දේශිත දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා සටහන (2007) ට අනුව නිවැරදි ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) ජීවන චක්‍රයේ විවිධ අවධිවල දී කැල්සියම් අවශ්‍යතාව නොවෙනස් ව පවතී.
(2) කාන්තාවන්ගේ යකඩ අවශ්‍යතාව පිරිමින්ගේ අවශ්‍යතාවට වඩා වැඩි ය.
(3) ප්‍රෝටීන් අවශ්‍යතාව මහළු අවධියේ දී අඩු වේ.
(4) විටමින් A හා C අවශ්‍යතාව මිලිග්‍රෑම්වලින් දක්වා ඇත.
(5) ගර්භිණී අවධිය තුළ ශක්ති අවශ්‍යතාව නොවෙනස් ව පවතී.

22. ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ ගැටලු පිළිබඳ ව සිසුන් විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද කරුණු කිහිපයක් පහත දැක්වේ. මේවායින් නිවැරදි කරුණ කුමක් ද?
(1) මුහුදුබඩ පළාත්වල හා වතුකරයේ ප්‍රෝටීන් කැලරි මන්දපෝෂණය බහුල ව පවතී.
(2) ගර්භිණී අවධියේ යකඩ හා අයඩීන් ඌනතාවයෙන් පෙළීම කලලයේ අක්‍රමතා ඇති කිරීමට හේතු විය හැකි ය.
(3) මව නිර්මාංශ ආහාර ගැනීම, බිහිවන දරුවා තුළ පෝෂණ ගැටලු ඇතිවීමට හේතුවන සාධකයකි.
(4) යකඩ ඌනතාව, කැල්සියම් ඌනතාව, ප්‍රෝටීන් කැලරි මන්දපෝෂණය හා අයඩීන් ඌනතාව ශ්‍රී ලංකාවේ පවත්නා පෝෂණ ගැටලු කිහිපයකි.
(5) ප්‍රෝටීන් කැලරි මන්දපෝෂණය ක්වෝෂියෝකර් ලෙස හැඳින්වේ.

23. මනා සෞඛ්‍ය තත්ත්වයකින් පසුවන ශ්‍රී ලාංකික වැඩිහිටි පුද්ගලයකුගේ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකයෙහි (BMI) අගය විය හැකි වනුයේ,
(1) 17 ය. (2) 24 ය. (3) 27 ය. (4) 30 ය. (5) 32 ය.

24. ඔමේගා - 3 - මේද අම්ල බහුල ව අඩංගු ආහාර ප්‍රභව දෙකකි,
(1) බටර් හා ගිතෙල්. (2) තලතෙල් හා පොල්තෙල්. (3) මාජරින් හා කුකුළු මස්.
(4) සැමන් හා සාඩින්. (5) අබ තෙල් හා සූර්යකාන්ත තෙල්.

25. ආමාශයික ප්‍රදාහය (ගැස්ට්‍රයිටිස්) හා සම්බන්ධ ව ශිෂ්‍යාවක විසින් ලියන ලද සටහනකින් උපුටාගත් කරුණු කිහිපයක් පහත දැක්වේ. මින් **සාවද්‍ය** කරුණ කුමක් ද?
(1) ආම්ලික ආහාර ගැනීම පාලනය කළ යුතු ය. (2) රාත්‍රී ආහාර වේල පමා කිරීම යෝග්‍ය නොවේ.
(3) කිරි සහ කිරි ආහාර වඩාත් සුදුසු ය. (4) කුඩා ආහාර වේල් ළං ළංව ගැනීම යෝග්‍ය ය.
(5) පහසුවෙන් ජීරණය වන සැහැල්ලු ආහාර දිය යුතු ය.

26. ඉන්සියුලින් හෝමෝනය පිළිබඳ **සාවද්‍ය** ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) නිෂ්පාදනය සඳහා ප්‍රෝටීන් අවශ්‍ය වේ. (2) ඉනිසියුලින් අග්න්‍යාශයෙහි නිෂ්පාදනය වේ.
(3) සින්ක්, ඉන්සියුලින්වල සංඝටකයකි. (4) ඉන්සියුලින් ඌනතාව දියවැඩියාවට හේතු වේ.
(5) ග්ලයිකොජන්, ග්ලූකෝස් බවට පත් කරයි.

8312

27. දියවැඩියාවෙන් පෙළෙන අයෙකු සඳහා වඩාත් සුදුසු ආහාර වේල මින් කුමක් ද?
(1) තම්බපු හාලේ බත්, අර්තාපල් කරිය, බෝංචි ව්‍යංජනය, මාලුමිරිස් තෙම්පරාදුව, කැරට් සම්බෝලය
(2) තම්බපු හාලේ බත්, පරිප්පු කරිය, හාල්මැස්සන් බැදුම, බටු මෝජු, බීට් සලාදය
(3) තම්බපු හාලේ බත්, පිපිඤ්ඤා කරිය, මාළු මිරිසට, මුකුනුවැන්න මැල්ලුම, තක්කාලි සලාදය
(4) රතු කැකුලු බත්, වට්ටක්කා කරිය, කුකුළු මස් ස්ටූ, කොස් මැල්ලුම, කංකුං බැදුම
(5) රතු කැකුලු බත්, අලුකෙසෙල් ව්‍යංජනය, ගෝවා ව්‍යංජනය, ඉස්සන් බැදුම, ගොටුකොළ සම්බෝලය

28. මස් නිෂ්පාදිත සැකසීම සඳහා භාවිත කරන පරිරක්ෂණ කාරකයකි,
(1) සිට්‍රික් අම්ලය. (2) ප්‍රොපියොනික් අම්ලය.
(3) සෝඩියම් නයිට්‍රයිට්. (4) සෝඩියම් බෙන්සොඒට්.
(5) සෝඩියම් මෙටාබයිසල්ෆයිට්.

29. පහත දැක්වෙනුයේ ආහාර පරිරක්ෂණය පිළිබඳ ව සිසුවියක විසින් ලියන ලද සටහනකින් උපුටාගත් කරුණු කිහිපයකි. මින් නිවැරදි කරුණ කුමක් ද?
(1) පරිරක්ෂණ කාරකයක් වන ලුණු කාබනික ලවණයකි.
(2) පැස්ටරීකරණයේ දී කිරිවල අඩංගු සියලු ම ක්ෂුද්‍රජීවීන් විනාශ වේ.
(3) තැලීම, පලුදුවීම වැනි ජීව විද්‍යාත්මක හේතු ආහාර නරක්වීමට බලපායි.
(4) බ්ලාන්ච් කිරීම මගින් ආහාරයේ අඩංගු එන්සයිම අක්‍රිය වේ.
(5) ක්ෂුද්‍රජීවී වර්ධනයට අවශ්‍ය සාධක වනුයේ ජලය, උපස්තරය හා ප්‍රශස්ත උෂ්ණත්වයයි.

30. ආහාර ජීරණ ක්‍රියාවලියේ දී මේද, මේද අම්ල සහ ග්ලිසරෝල් බවට පත්වීම සිදුවනුයේ,
(1) ආමාශය හා ග්‍රහණිය තුළ දී ය. (2) ග්‍රහණිය හා ක්ෂුද්‍රාන්ත්‍රය තුළ දී ය.
(3) ග්‍රහණිය තුළ දී පමණි. (4) ආමාශය හා ක්ෂුද්‍රාන්ත්‍රය තුළ දී ය.
(5) ක්ෂුද්‍රාන්ත්‍රය තුළ දී පමණි.

31. පෝෂ්‍ය පදාර්ථ පරිවෘත්තිය හා සම්බන්ධ සත්‍ය ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) සංවෘත්තිය යනු බිඳවැටීමේ ක්‍රියාවලියයි.
(2) පරිවෘත්තියේ අන්තඵල වනුයේ ශක්තිය, ජලය හා ඔක්සිජන් ය.
(3) මේද පරිවෘත්තියේ දී කීටෝන් දේහ නිපදවේ.
(4) කාබෝහයිඩ්‍රේට් පරිවෘත්තිය නිර්වායු ක්‍රියාවලියකි.
(5) ප්‍රෝටීන් පරිවෘත්තියේ දී ඇමයින්හරණය සිදුවනුයේ වකුගඩු තුළ ය.

32. ජෙලටිනීකරණය සිදුවනුයේ,
(1) බිත්තර සුදුමදය ගැසීමේ දී ය. (2) ජෑම් සෑදීමේ දී ය. (3) අර්තාපල් තැම්බීමේ දී ය.
(4) මාෂ්මෙලෝ පුඩිම සෑදීමේ දී ය. (5) මාළු ස්ටූ කිරීමේ දී ය.

33. පිසීමේ ක්‍රියාවලියේ දී අවම වශයෙන් විනාශයට පත්වන විටමින් කාණ්ඩය වනුයේ,
(1) විටමින් A, D සහ B_{12} ය. (2) විටමින් B_2, B_6 සහ C ය. (3) විටමින් A, B_3 සහ E ය.
(4) විටමින් B_1, K සහ C ය. (5) විටමින් A, D සහ E ය.

34. පූ පිටිමෝලිය සෑදීමේ දී අනුගමනය කරන පියවර වනුයේ,
(1) පිටි හා මේදය හොඳින් මිශ්‍රකර, බිත්තර එකතු කිරීමයි.
(2) මේදය රත්කර, බිත්තර එකතුකර, පසුව පිටි මිශ්‍ර කිරීමයි.
(3) මේදය ගසා, බිත්තර එකතුකර, පසුව පිටි මිශ්‍ර කිරීමයි.
(4) මේදය රත්කර, පිටි එකතුකර, පසුව බිත්තර මිශ්‍ර කිරීමයි.
(5) බිත්තර හා මේදය මිශ්‍රකර, පසුව පිටි එකතු කිරීමයි.

35. ළමා සංවර්ධනය හා සම්බන්ධ **සාවද්‍ය** ප්‍රකාශය කුමක් ද?
(1) ළදරු අවධියේ පෙන්නුම් කරන හැකියා සඳහා පුහුණුව අවශ්‍ය නොවේ.
(2) ළදරුවාගේ භාවික, ක්ෂණික හා අස්ථාවර වේ.
(3) මුල් ළමාවියේ සමහර දරුවන් කෝපාවේගය පෙන්නුම් කරයි.
(4) දරුවන් ඉගෙනීමේ දී අනුකරණය උපයෝගී කර ගනියි.
(5) දරුවන්ගේ කායික වර්ධනය හා බුද්ධි වර්ධනය අතර සම්බන්ධතාවක් ඇත.

36. නවජ දරුවා යනු,
(1) උපතේ සිට පළමු දින දෙක තුළ පසුවන ළදරුවා ය. (2) උපතේ සිට පළමු සතිය තුළ පසුවන ළදරුවා ය.
(3) උපතේ සිට පළමු සති දෙක තුළ පසුවන ළදරුවා ය. (4) උපතේ සිට පළමු සති හතර තුළ පසුවන ළදරුවා ය.
(5) උපතේ සිට පළමු සති හය තුළ පසුවන ළදරුවා ය.

37. මව්කිරිවල අඩංගු පෝෂක හා සම්බන්ධ **සාවද්‍ය** ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) එළකිරිවලට වඩා මව්කිරිවල අඩංගු ලැක්ටෝස් ප්‍රමාණය වැඩි ය.
(2) අත්‍යවශ්‍ය මේද අම්ල අඩංගු වේ.
(3) ඉමියුනෝග්ලොබියුලින් අඩංගු ව ඇත.
(4) එළකිරිවලට වඩා මව්කිරිවල අඩංගු ප්‍රෝටීන් ප්‍රමාණය වැඩි ය.
(5) මව්කිරිවල අඩංගු මේදය පහසුවෙන් ජීරණය කරගත හැකි ය.

38. දරුවකුගේ සංවර්ධනය, සිරුර මධ්‍යයේ සිට පර්යන්ත කොටස් දක්වා සිදුවේ. මෙම සිද්ධාන්තය තහවුරු වනුයේ චාලක වර්ධනය හා සම්බන්ධ පහත සඳහන් කුමන ප්‍රකාශයෙන් ද?
(1) සැහැල්ලු, විශාල ක්‍රීඩාභාණ්ඩ දෑතින් බදාගන්නා ළදරුවා කෙමෙන් කුඩා ක්‍රීඩාභාණ්ඩ අහුලා ගනියි.
(2) මාස 7ක් පමණ වනවිට ඉඳගැනීමට හැකිවන දරුවාට මාස 10ක් පමණ වනවිට සිටගැනීමට හැකිවේ.
(3) උඩුබැලි අතට නිදා සිටින බිළිඳා කෙමෙන් හිස එසවීමට හැකියාව ලබයි.
(4) වයස මාසයක් පමණ වන ළදරුවා හොඳින් අත්පා චලනය කරයි.
(5) ඇවිදීමට හැකියාව ලැබූ දරුවා කෙමෙන් දිවීමට හැකියාව ලබයි.

39. දරුවකුට වයස අවුරුදු පහ සම්පූර්ණ වනවිට ලබාදිය යුතු එන්නත වනුයේ,
(1) JE එන්නත ය. (2) ද්විත්ව (DT) එන්නත ය. (3) MMR එන්නත ය.
(4) පෝලියෝ මුඛ එන්නත ය. (5) පංචසංයුජ (පෙන්ටාවේලන්ට්) එන්නත ය.

40. ළදරුවන් රැකබලා ගැනීමේ දී ඔවුන්ගේ විවිධ වර්ධන සඳහා අවස්ථා සැලසීම ඉතා වැදගත් වේ.
මෙම ප්‍රකාශය සනාථ කරන අවස්ථාවකි,
(1) මාස දෙකක් වයසැති ළදරුවාට, සොලවන විට ශබ්ද නගන ක්‍රීඩාභාණ්ඩයක් දීම.
(2) මාස නවයක් වයසැති දරුවාට සීසෝ පැදීමට සැලැස්වීම.
(3) දරුවා හඬන සෑමවිට ම ආහාර ලබා දීම.
(4) මාස දහයක් වයසැති දරුවකුට වචන උච්චාරණය පුහුණු කිරීම.
(5) ළදරුවකු නින්දට යාමේ දී දරු නැළවිලි ගීත ගායනා කිරීම.

41. පසු ළමාවියේ දරුවකුගේ කායික වර්ධනය හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) ශීඝ්‍ර කායික වර්ධන වේගයක් පෙන්නුම් කරයි.
(2) ස්ථිර දත් සියල්ල ම මතු වී ඇත.
(3) අවුරුදු දහය පමණ වනවිට ගැහැනු හා පිරිමි දරුවන්ගේ කායික වර්ධනය බොහෝසෙයින් සමාන ය.
(4) අස්ථි වර්ධනය නිසා නියමිත ශරීර හැඩය හා ප්‍රමාණය පෙන්නුම් කිරීම ආරම්භ කරයි.
(5) පේශි වර්ධනය ශීඝ්‍රව සිදුවන බැවින් ස්ථූලතාවට පත් විය හැකි ය.

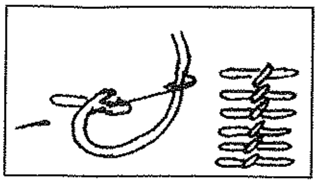
42. දුස්සමාහිත බව ලෙස හඳුන්වනුයේ, දරුවන්,
(1) දෙමව්පියන්ට අවනත නොවී වැරදි ලෙස හැසිරීමයි.
(2) සමවයස් කණ්ඩායම් පිළිනොගන්නා ආකාරයට හැසිරීමයි.
(3) දඬුවම් හිමිවන පරිදි හැසිරීමයි.
(4) සමාජ සම්මතවලට අනුකූල නොවන සේ හැසිරීමයි.
(5) බාලාපචාරී ලෙස හැසිරීමයි.

43. මැසීමේ දී ඉඳිකටුව වටා නූල පටලවන ආකාරයෙහි සමාන බවක් දක්වන්නේ මින් කුමන විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම දෙකෙහි ද?
(1) බුලියන් මැස්මෙහි හා දම්වැල් මැස්මෙහි ය. (2) ප්‍රංශ ගැට මැස්මෙහි හා බුලියන් මැස්මෙහි ය.
(3) දම්වැල් මැස්මෙහි හා ප්‍රංශ ගැට මැස්මෙහි ය. (4) ප්‍රංශ ගැට මැස්මෙහි හා ලේසි ඩේසි මැස්මෙහි ය.
(5) ලේසි ඩේසි මැස්මෙහි හා බුලියන් මැස්මෙහි ය.

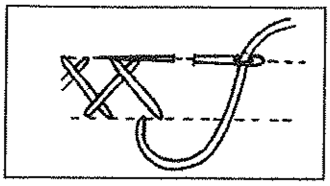
44. නිමි ඇඳුමක සුරක්ෂිතතාව පිළිබඳ ලේබලයෙහි △ හා  යන සංකේත සඳහන් ව තිබුණි. මෙම සංකේතවලින් අදහස් වනුයේ පිළිවෙළින්,
(1) විරංජනය කළ හැකි බවත්, එල්ලා වේලීමට හැකි බවත් ය.
(2) එල්ලා වේලීමට හැකි බවත්, නිර්ජල සේදීම කළ හැකි බවත් ය.
(3) පැතලි පෘෂ්ඨයක තබා වේළිය යුතු බවත්, විරංජනය කළ හැකි බවත් ය.
(4) නිර්ජල සේදීම කළ හැකි බවත්, එල්ලා වේලීමට හැකි බවත් ය.
(5) විරංජනය කළ හැකි බවත්, පැතලි පෘෂ්ඨයක තබා වේළිය යුතු බවත් ය.

[හයවැනි පිටුව බලන්න.

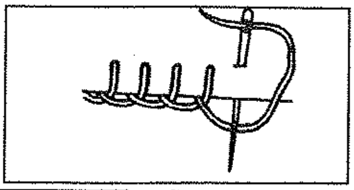
45. පහත දක්වා ඇත්තේ මැස්ම කිහිපයක රූප සටහන් ය.



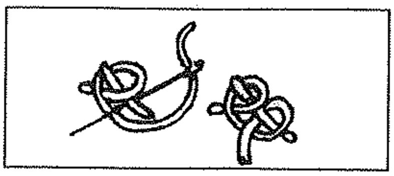
A



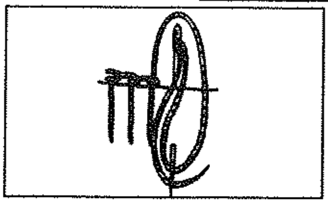
B



C



D



E

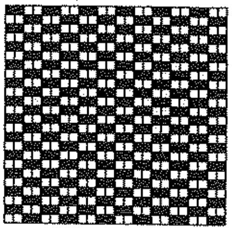
මේ අතුරෙන් රුමේනියන් මැස්ම හා බොත්තම් කාස මැස්ම දැක්වෙන්නේ පිළිවෙළින්,

(1) *A* හා *B* වලිනි. (2) *A* හා *E* වලිනි. (3) *B* හා *D* වලිනි. (4) *C* හා *E* වලිනි. (5) *D* හා *C* වලිනි.

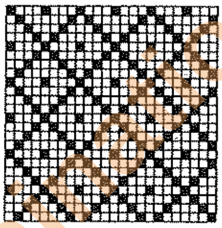
46. කපු ඇඳුමක ඇති වූ තේ කහට පැල්ලමක් ඉවත් කර ගැනීම සඳහා භාවිත කළ හැකි රසායනික කාරකය මින් කුමක් ද?

(1) ටර්පන්ටයින් (2) සෝඩියම් කාබනේට් (3) මෙතිලේටඩ් ස්ප්‍රීතු
(4) කාබන් ටෙට්‍රාක්ලෝරයිඩ් (5) බෝරැක්ස්

47.



A



B

A හා *B* යන රූප සටහන්වලින් දැක්වෙනුයේ,

(1) සරල හීරි වියමන හා දික්දාර වියමන ය. (2) හරස්දාර වියමන හා රූවිත හීරි වියමන ය.
(3) රළ හීරි වියමන හා දික්දාර වියමන ය. (4) සරල හීරි වියමන හා පැහි වියමන ය.
(5) පැහි වියමන හා දඟර හීරි වියමන ය.

48. 'ටෙන්ටරීකරණය' රෙදිවලට දෙනු ලබන නිමාවකි. මෙම ක්‍රියාවලියේ දී,

(1) රෙද්දෙහි ඔපය වැඩි වේ. (2) රෙද්දෙහි ශක්තිය වැඩි වේ.
(3) රෙද්දෙහි පළල ඒකාකාරී වේ. (4) රෙද්දට වර්ණ උරා ගැනීමේ හැකියාව වැඩි වේ.
(5) රෙද්දෙහි මතුපිට මෝස්තර ඉලිප්පී පෙන්වයි.

49. රෙදි නිෂ්පාදනය සඳහා විවිධ කෙඳිවර්ග භාවිත කරයි. කෙඳි/රෙදිවල ලක්ෂණ හා ගුණාංග කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

A - කෙන්ද විනිවිද පෙනෙනසුලු ය, වීදුරු බටයක් මෙන් දිස් වේ.
B - සැන්ෆරිකරණයට භාජනය කළ හැකි ය.
C - සේදීමේ දී දුර්වල ක්ෂාර අඩංගු සබන් මගින් කෙඳිවලට හානි සිදු නොවේ.
D - වර්ණ කෙරෙහි දක්වන ඇල්ම වැඩි ය.
E - තද හිරු එළියට සහ තාපයට ඔරොත්තු දේ.

මින්, සේද කෙඳි හා සම්බන්ධ ලක්ෂණ හා ගුණාංග වනුයේ,

(1) A, B හා D ය. (2) A, C හා E ය. (3) B, C හා D ය. (4) B හා E ය. (5) C හා D ය.

50. රෙදිපිළි තාක්ෂණය හා සම්බන්ධව ශිෂ්‍යාවක විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද වැකි කිහිපයක් පහත දැක්වේ. මින් **සාවද්‍ය** වැකිය කුමක් ද?

(1) සබන් මිශ්‍ර ජලයෙන් ඇඳුම් සේදීමේ දී කුණු අංශු ඉවත් වී මිසෙල වශයෙන් සැදේ.
(2) සාරිහැට්ටය මැසීමේ දී ඉදිරිපස ඉන ආර අංශ මූට්ටුව දෙසට හැරවිය යුතු ය.
(3) නිල් දැමීමේ දී විරංජන ක්‍රියාවක් සිදු නොවේ.
(4) කමිසය මැසීමේ දී අතයට මූට්ටුව මැසීමෙන් පසුව අත කඳට සම්බන්ධ කළ යුතු වේ.
(5) වියන ලද රෙද්දක ශක්තිමත් බව, රෙද්දෙහි වර්ග අඟලක ඇති නූල් සංඛ්‍යාව මත රඳා පවතී.

* * *

8312

AL/2015/28/S-II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ) විභාගය, 2015 අගෝස්තු
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (உயர் தர)ப் பரீட்சை, 2015 ஓகஸ்ற்
General Certificate of Education (Adv. Level) Examination, August 2015

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව II
மனைப் பொருளியல் II
Home Economics II

28 S II

පැය තුනයි
மூன்று மணித்தியாலம்
Three hours

උපදෙස්:

※ **I** කොටසින් **පළමුවන** ප්‍රශ්නය ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **තුනකට** ද **II** කොටසින් **පස්වන** ප්‍රශ්නය ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **හතරකට** ද පිළිතුරු සපයන්න.

I කොටස

(**පළමුවන** ප්‍රශ්නය සහ තවත් ප්‍රශ්න **දෙකක්** ද ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **තුනකට** පිළිතුරු සපයන්න.)

1. අර්ධ නාගරික පෙදෙසක පිහිටි, නිදන කාමර දෙකකින් යුත් දැකුම්කලු නිවසක, සාමාජිකයින් පස් දෙනෙකුගෙන් සමන්විත පවුලක් ජීවත් වේ. එම පවුල, පාසල් වියෙහි පසුවන දියණියන් දෙදෙනෙකුගෙන් සහ පුතෙකුගෙන් සමන්විත ය. දෙමව්පියන් රැකියාවල නිරත වේ. මව ඉවුම්-පිහුම්, මැහුම්-ගෙතුම් ආදියට විශේෂ කුසලතා පෙන්වන්නී ය. මෙම පවුල, ප්‍රසන්න ජීවන පරිසරයක් ගොඩනගා ගැනීමට උනන්දුවක් දක්වයි.

(i) කාලය කළමනාකරණයේ දී මෙම පවුලට ඇතිවිය හැකි ගැටලු අවම කරගැනීම සඳහා ගතහැකි ක්‍රියාමාර්ග **හතරක්** යෝජනා කරන්න.

(ii) පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ අවශ්‍යතා සඳහා ඉඩකඩ සංවිධානය කර ගැනීමට ගතහැකි පියවර පැහැදිලි කරන්න.

(iii) විසිත්ත කාමර පුටු කට්ටලයෙහි ටීපෝව මත ඔවුහු අලංකාර මල් සැකසුමක් තබා ඇත. එය සැකසීමේ දී ඔවුන් අනුගමනය කළ මූලධර්ම සඳහන් කරන්න.

(iv) ගෘහපිළි හා ඇඳුම් නිර්මාණය සඳහා වඩාත් යෝග්‍ය වනුයේ කපුරෙදි බව මවගේ අත්දැකීමයි. මෙය සනාථ කිරීමට කරුණු ඉදිරිපත් කරන්න.

(v) දියණියන් සඳහා රාත්‍රී ඇඳුම් මැසීමේ දී යොදාගත යුතු මූට්ටු වර්ග **දෙකක්** නම් කරන්න. ඉන් එක් මූට්ටු වර්ගයක් මසා නිම කරන අයුරු විස්තර කරන්න.

2. (i) රෙදිපිළි සුරැකීම හා සම්බන්ධ,

(*a*) සැපොනිකරණය

(*b*) ඔක්සිකාරක විරංජන ක්‍රියාවලිය

පහදන්න.

(ii) කමිසයක ඉම්කඩෙහි පතරොම නිර්මාණය කරන අයුරු රූපසටහන් ඇසුරෙන් දක්වන්න.

(iii) සාරි හැට්ටයක රවුම් හැඩැති කර මසා නිම කරන අයුරු පැහැදිලි කරන්න.

(iv) නයිලෝන් කෙඳිවල නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය විස්තර කරන්න.

3. (i) ගෘහ අභ්‍යන්තර අලංකරණයේ දී තුලනය යොදාගන්නා ආකාර **දෙකකි**. ඒවා රූපසටහන් මගින් දක්වන්න.

(ii) "පවුලක සාමාජිකයින් සතු මානව සම්පත් මනාව උපයෝගී කරගැනීම එම පවුලේ අභිවෘද්ධිය කෙරෙහි බලපායි" සාකච්ඡා කරන්න.

(iii) පහත සඳහන් ඒවා පිළිබඳ ව කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.

(*a*) පැන්නුම් දඟරය (ට්‍රිප් ස්විචය) (*b*) තුන්කුරු ප්ලේනුව

(*c*) නිවසේ දී ජල පවිත්‍රකරණය (*d*) සුසංහිත විදුලි පහන් (CFL)

4. (i) ගෘහ කාර්ය පහසු කර ගැනීම සඳහා විද්‍යුත් උපකරණ සහ මෙවලම් වැදගත් වේ.
විදුලි පෝරණුවක ක්‍රියාකාරිත්වය, භාවිතය සහ නඩත්තුව පැහැදිලි කරන්න.

(ii) 'ආලෝකය' සහ 'වාතාශ්‍රය' ගෘහ සැලසුම් මූලධර්ම වේ.

(*a*) මුළුතැන්ගෙයට මනා ආලෝකය ලබා ගැනීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

(*b*) කාමරයක් තුළ හරස් සංවාතනය ඇති කරන අයුරු

පැහැදිලි කරන්න.

(iii) මතුපිට අලංකාර කිරීමෙන් ගෘහපිළිවල අගය වැඩි වේ.

(*a*) ක්විල්ට් කිරීමේ දී අනුගමනය කරන ක්‍රියාවලිය පියවර ඇසුරෙන් දක්වන්න.

(*b*) රෙදිපිළි මුද්‍රණය කිරීමේ ක්‍රම **දෙකක්** සඳහන් කර, ඉන් එක් ක්‍රමයක් විස්තර කරන්න.

[දෙවැනි පිටුව බලන්න.

II කොටස

(පස්වන ප්‍රශ්නය සහ තවත් ප්‍රශ්න **තුනක්** ද ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **හතරකට** පිළිතුරු සපයන්න.)

5. ගෘහ විද්‍යාගාරයෙහි බිත්ති පුවත්පතක ප්‍රදර්ශනය කර තිබූ ලිපි කිහිපයක සිරස්තල පහත දක්වා ඇත.
'ක්‍රියාශීලී ජීවන රටාව නිරෝගී දිවියකට මඟ සලසයි.'
'ප්‍රජාව තුළ කිරි හා කුඩා මාළු පරිභෝජනයෙහි වැඩිවීමක් දක්නට ඇත.'
'පෝෂ්‍යදායී ආහාරවේල් ගැනීමට යොවුන් දරුවන් පෙලඹවීම සඳහා වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම වැදගත් ය.'
'යොවුන් දරුවන්ගේ සංවර්ධනය පිළිබඳ ව දෙමව්පියන් දැනුම්වත් කිරීමේ වැඩසටහන් පවත්වයි.'

එම ලිපිවල අඩංගු කරුණු පිළිබඳ ව විමර්ශනාත්මක ව අධ්‍යයනය කර, වාර්තා ඉදිරිපත් කරන ලෙස සිසු කණ්ඩායම්වලට ගුරුතුමිය දැනුම් දුන්නා ය. එම වාර්තා සාකච්ඡා කර ඇගයීමට ලක් කිරීමට ද ඇය පියවර ගත්තා ය.

(i) ක්‍රියාශීලී ජීවන රටාව නිරෝගී දිවියකට හේතු වන්නේ කෙසේ ද? කරුණු **හතරක්** ඉදිරිපත් කරන්න.
(ii) කිරි හා කුඩා මාළුවල පෝෂණමය අගය පැහැදිලි කරන්න.
(iii) 'යෞවන අවධියේ පෝෂණය' පිළිබඳ ව දැනුම්වත් කිරීමේ වැඩසටහනක ඇතුළත් විය යුතු ප්‍රධාන කරුණු ලියන්න.
(iv) යොවුන් දරුවන්ගේ මානසික වර්ධනය සඳහා දෙමව්පියන් සතු කාර්යභාරය සාකච්ඡා කරන්න.
(v) "යොවුන් අවධියේ දී ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය පිළිබඳ දැනුවත් බව අතිශයින් වැදගත් වේ." විමසන්න.

6. (i) ළදරු හා මාතෘ මරණ අනුපාතිකය අඩු කිරීමෙහිලා පූර්ව ප්‍රසව සායනවලින් ඉටුවන සේවය ඉමහත් ය. මේ බව සනාථ කිරීම සඳහා කරුණු **හතරක්** ඉදිරිපත් කරන්න.
(ii) මුල් ළමාවිය දරුවකුගේ සෞඛ්‍යාරක්ෂණය සඳහා රැකබලා ගැනීමේ දී ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග පැහැදිලි කරන්න.
(iii) පසු ළමාවිය දරුවන් තුළ සාරධර්ම ප්‍රගුණ කළ හැකි ආකාරය සාකච්ඡා කරන්න.
(iv) යොවුන් දරුවන් යහමග යැවීම සඳහා ශ්‍රී ලංකාව තුළ ක්‍රියාත්මක වන සේවා **තුනක** කාර්යභාරය විස්තර කරන්න.

7. (i) ක්ෂුද්‍ර පෝෂකයක් වන ඛනිජ, ප්‍රධාන කාණ්ඩ දෙකක් යටතේ වර්ග කර ඇත. ඒවා නම් කරන්න. ඒ එකිනෙකට උදාහරණ **දෙක** බැගින් ලියන්න.
(ii) නිරෝගී ජීවිතයක් සඳහා තන්තුමය ආහාර පරිභෝජනයට ගැනීමේ වැදගත්කම සාකච්ඡා කරන්න.
(iii) හඳුන්වන්න.
(*a*) ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය (BMI)
(*b*) සිරුරේ නයිට්‍රජන් තුලනය
(*c*) සන්තෘප්ත මේද අම්ල

8. (i) නිවසෙහි ආහාර සකස් කිරීමේ දී ඒවායේ සුරක්ෂිත බව රැකගැනීම සඳහා ගන්නා ක්‍රියාමාර්ග **හතරක්** පැහැදිලි කරන්න.
(ii) තක්කාලි ජෑම් සැකසීමේ දී උපයෝගී කර ගන්නා උපක්‍රම දක්වා, ඒවා පරිරක්ෂණය සඳහා ඉවහල් වන අයුරු පහදන්න.
(iii) පහත සඳහන් දෑ විමසන්න.
(*a*) මස්, මාළු වැනි ආහාර අධිශීතකරණයක ගබඩා කළ යුතු වේ.
(*b*) ආහාර ජීරණය සඳහා සානසික සාධක ඉවහල් වේ.
(*c*) නිර්මාංශ ආහාරයෙන් යැපෙන්නකුට දෙනු ලබන යකඩ අඩංගු ආහාර සමඟ පැඟිරි සහිත පලතුරු ද ඇතුළත් කිරීම වැදගත් වේ.
(*d*) රෝගයකින් උපසමනය වන අයකු සඳහා කර කරන ලද පාන්, ආහාරයක් ලෙස ඇතුළත් කිරීම යෝග්‍ය වේ.

9. (i) පහත සඳහන් පෝෂකවලින් සිරුරට ඉටුවන ප්‍රධාන කෘත්‍යය බැගින් සඳහන් කරන්න.
(*a*) විටමින් K
(*b*) ෆෝලික් අම්ලය
(ii) ශ්‍රී ලංකාවේ පවත්නා පෝෂණ ගැටලු අවම කර ගැනීම සඳහා ජාතික මට්ටමින් ගෙන ඇති පියවර සාකච්ඡා කරන්න.
(iii) පහත සඳහන් දෑ පැහැදිලි කරන්න.
(*a*) පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධනයේ දී කලල බන්ධයෙහි වැදගත්කම
(*b*) මුල් ළමාවියෙහි සමහර දරුවන් ප්‍රතිශේධන චර්යා පිළිබිඹු කිරීම
(*c*) පසු ළමාවිය දරුවන්ගේ භාෂා වර්ධනය සඳහා පාසලේ කාර්යභාරය

* * *